

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di era globalisasi menuntut pelaksanaan kesehatan dan keselamatan kerja di setiap tempat kerja, baik di sektor formal maupun informal. Risiko bahaya yang dihadapi oleh tenaga kerja adalah bahaya kecelakaan dan penyakit akibat kerja, akibat kombinasi dari berbagai faktor yaitu tenaga kerja dan lingkungan kerja (Suma'mur, 2009).

Salah satu diantaranya yaitu pengemudi yang merupakan jenis pekerjaan sektor informal yang mempunyai risiko gangguan kesehatan berupa gangguan pada otot (Hariyono dan Fitriingsih, 2011). Dimana gangguan pada otot yang sering muncul dikarenakan duduk yang terlalu lama dan kurang memperhatikan posisinya saat duduk. Posisi membungkuk atau sering menyandarkan tubuh pada salah satu sisi tubuh juga menimbulkan tekanan tinggi pada saraf yang terdapat di tulang belakang. Otot punggung akan mulai letih setelah duduk selama 15 sampai 20 menit, jika tidak ada toleransi kegiatan maka mulai terjadi nyeri punggung bawah (Tarwaka, 2004 dalam Rosadi, 2015).

Otot-otot punggung akan bekerja keras menahan beban anggota gerak atas yang sedang melakukan pekerjaan, yang mengakibatkan beban kerja bertumpu di daerah pinggang sehingga dapat menyebabkan otot pinggang sebagai penahan beban utama akan mudah mengalami kelelahan dan selanjutnya akan terjadi nyeri pada otot sekitar pinggang atau punggung

bawah. Selain itu, bisa juga mempengaruhi keadaan vertebra yang dikarenakan oleh pembebanan yang berlebihan di daerah pinggang atau punggung bawah (Risyanto, 2008).

Hal ini diakibatkan oleh kebiasaan posisi duduk dan berdiri yang salah dalam waktu yang lama dan seringnya sikap bermalas-malasan. Pemeliharaan postur dibutuhkan otot-otot yang kuat. Karena ketidakseimbangan otot dan adanya kontraktur otot. Ketegangan otot para vertebra salah satu sisi dapat meningkatkan derajat lengkungan ke arah lateral atau skoliosis. Skoliosis merupakan kelainan tulang belakang dimana terjadi penyimpangan susunan tulang belakang jika dilihat dari belakang adanya kurva tulang belakang ke arah lateral (samping) diikuti dengan rotasi (Rosadi, 2015). Oleh sebab itu, sangat penting bagi seseorang untuk memperhatikan posisi duduknya apabila melakukan pekerjaan dalam waktu yang cukup lama, yaitu sesuai dengan tradisi militer. Pada saat duduk punggung harus tegak dan tidak boleh membungkuk kedepan atau lunglai (Parjoto, 2007).

Dari hasil observasi yang telah dilakukan peneliti, di pangkalan taksi yang terletak didepan pondok pesantren Assalam. Dengan jumlah responden 8 orang, didapatkan hasil 6 orang sopir taksi mengalami skoliosis ringan dengan rata-rata hasil pengukuran $< 20^0$. Kebanyakan sopir taksi kurang memperhatikan posisinya saat duduk selama mengemudi, sehingga menimbulkan keluhan berupa nyeri punggung bawah yang pada akhirnya berisiko terjadinya skoliosis. Adapun rata-rata durasi lamanya sopir taksi tersebut mengemudi dalam sehari yaitu, selama >7 jam, dengan lamanya

waktu dalam sekali menyetir >30 menit. Oleh karena itu, peneliti menyadari bahwa pentingnya pemahaman tentang bagaimana cara duduk yang ergonomis sehingga meminimalkan risiko terjadinya skoliosis.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik mengambil judul penelitian “Hubungan Durasi Duduk Dengan Risiko Terjadinya *Scoliosis* Lumbal”.

B. Rumusan Masalah

Adakah hubungan durasi duduk dengan risiko terjadinya *Scoliosis* lumbal?

C. Tujuan Penelitian

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan durasi duduk dengan risiko terjadinya *Scoliosis* lumbal.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Dapat memberikan informasi tentang hubungan duduk lama dan postur yang salah dengan risiko terjadinya *Scoliosis* lumbal.

2. Praktisi

Dapat menambah khasanah dalam ilmu pengetahuan pada umumnya serta dalam dunia kesehatan, khususnya pada bidang praktek fisioterapi.

3. Peneliti

Menambah pengetahuan dan mempraktekkan pola berfikir ilmiah khususnya di dalam mengetahui problematika fisioterapi pada risiko *scoliosis* lumbal akibat durasi duduk yang lama.